

グループホームアウル登別館 2月 海ユニット 献立表

| | 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|---|--|---|--|--|---|--|---|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 朝 | | | ご飯・みそ汁 ナスと肉の味噌炒め 里芋としらたき煮 | ご飯・みそ汁 肉と野菜炒め 目玉焼き かぼちゃサラダ | ご飯・みそ汁 サバフィレー スクランブルエッグ もやしのナムル | ご飯・みそ汁 サバの西京焼き ふきの煮物 マカロニサラダ | ご飯・みそ汁 だし巻き玉子 ウインナーなすの炒め 昆布つくだに ヨーグルト |
| 昼 | | | ご飯・みそ汁 カスベいの煮つけ 切り干し大根 さつまいもの甘煮 | ご飯・みそ汁 さんまの塩焼き 天かまと高野豆腐の煮物 | のりまき おそば 大豆入りサラダ | ご飯・みそ汁 ジャガイモコンソメ炒チャー ミュー ポ大学いも 照り焼きチキン | カレーライス コンソメスープ 白菜のお浸し |
| 夕 | | | ご飯・みそ汁 煮込みハンバーグ ちくわつなまよいため キャベツ炒め煮 | ご飯・キムチ鍋 キタノメのみりん漬け 煮豆 かぼちゃ煮 | ご飯・みそ汁 酢豚 生姜焼き 天かまとふきの煮物 ゴボウサラダ | ご飯・みそ汁 豚バラ大根炒め サバの味噌煮 イタリアンサラダ | ご飯・みそ汁 アジフライ 野菜の玉子とじ もやしのナムル |
| | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| m | ご飯・みそ汁 サバのみりん焼き ほうれん草の胡麻和え マカロニサラダ | ご飯・みそ汁 焼き魚(カス漬け) きんぴら かぼちゃの甘煮 | ご飯・みそ汁 サバの西京焼き 小松菜の煮びたし うの花 | ご飯・みそ汁 味玉 こぼちのいとこに マカロニサラダ | ご飯・みそ汁 とり天大根煮 うどんサラダ ポテトミートグラタン | ご飯・みそ汁 肉豆腐 さばのシメサバ もずく | ご飯・みそ汁 鮭焼き サツマイモ煮 茄子と玉ねぎ炒め |
| 昼 | 鮭ご飯・みそ汁 手羽先のカンタン ナスの味噌炒め ワカメとキュウリの酢の物 | ご飯・みそ汁 鶏肉のトマト煮 小松菜の玉子とじ | ご飯・みそ汁 きんぴらごぼう マーボー豆腐 キャベツと天かま煮 | ご飯・みそ汁 ハンバーグ ひじきの煮物 もやしのナムル | ご飯・みそ汁 アジのみりん焼き 高野豆腐すりみはさみ ふきとサバの煮物 | ご飯・みそ汁 アジのフライ おでん アボカドのそーすかけ | ご飯・みそ汁 肉団子甘酢あんかけ 煮豆 きゃべつと玉子とじ炒め |
| 夕 | ご飯・みそ汁 アジのフライ もやしのナムル 野菜の玉子とじ | ご飯・みそ汁 カレーライス 根菜の煮物 マカロニサラダ | ご飯・みそ汁 とりのつくね ポテトサラダ 切り干し大根 | ご飯・シチュー 赤魚かすずけ ほうれん草のごまあえ | お弁当の日 | お弁当の日 | ご飯・みそ汁 宗八の塩焼き ロールキャベツ うの花 |
| | 13 | 14 | お | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 朝 | ご飯・みそ汁 焼き魚(宗八) 野菜とウインナーのトマト煮 | ご飯・みそ汁 さんまの塩焼き ひじきのあぼかど和え かぼちゃサラダ | ご飯・みそ汁 鶏肉の甘酢あんかけ ゴボウサラダ ちりめん山さんしょう | ご飯・みそ汁 さんぎ 人参マリネ 切り干し大根 | ご飯・みそ汁 豚肉とキャベツ炒め 長いものベーコン炒め 野菜サラダ | ご飯・みそ汁 赤魚 野菜煮 白和え ヨーグルト | ご飯・みそ汁 鮭 ほうれん草のなめたけツナ和 え 煮物 |
| 昼 | ご飯・みそ汁 赤魚焼き ほうれん草かつお和え サツマイモ甘煮 | 寿司弁当 | ご飯・みそ汁 鶏肉の野菜炒め ポテトベーコン にくじゃが | ご飯・みそ汁 さばの塩焼き なのはなのおかか和え 切り干し大根 | ご飯・みそ汁 アジフライ おでん 白和え絵 | ご飯・みそ汁 煮込みハンバーグ ポテト 茄子とピーマン炒め | ご飯・みそ汁 チンジャオロース 大根の煮物 ツナとサバか煮物 |
| 夕 | ご飯・みそ汁 豚肉のオイスター炒め 肉団子大根煮 ちくわ天 | ご飯・みそ汁 鶏肉の玉子とじ レンコン金平 水菜サラダ | ご飯・コンソープ ヤンニョムチキン ほうれん草のナムル チョレギサラダ | ご飯・つみれ汁 ミックスフライ ポテトグラタン コールスローサラダ | ご飯・みそ汁 鶏肉のトマト煮 にくじゃが もやしのナムル | ご飯・あごだしなべ 赤魚焼き さつまいも煮 あぼかどしょうが | ご飯・みそ汁 カツとじ エビカツ 大根と天かまの煮物 |
| | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 朝 | ご飯・みそ汁 赤魚のみりん漬焼き ゴボウサラダ もずく つけもの | ご飯・みそ汁 焼き魚(宗八) マカロニサラダ さつまあげと高野豆腐の煮 物 | ご飯・みそ汁 サバのしお焼き 肉団子と野菜のトマト煮 | ご飯・みそ汁 さんまの塩焼き 玉子焼き ゴボウサラダ | ご飯・みそ汁 ハンバーグ煮込み ミートスパゲティナポリタン イタリアンサラダ | ご飯・みそ汁 ロールキャベツ 鶏肉の甘酢あんかけ | お弁当・みそ汁 |
| 昼 | ご飯・みそ汁 クリームコロッケ 大根のオイスター炒め かぼちゃサラダ | ご飯・みそ汁 白身魚のあんかけ ベーコンとマカロニ和え 野菜の煮物 | ご飯・シチュー 鶏カツレツ ふきとサバの煮物 トマト煮込み | ご飯・コーンスープ カレー ハンバーグ うの花 サラダ | ご飯・みそ汁 エビチリ チンジャオロース ヨーグルト | お弁当・みそ汁 | お弁当・みそ汁 |
| 夕 | ご飯・みそ汁 から揚げ 玉子焼き かぼやと小豆煮 | ご飯・みそ汁 名古屋風手羽先 ほうれん草の胡麻和え たらもサラダ | ご飯・みそ汁 かぼちゃ煮 豚バラ大根 肉団子酢豚 | ご飯・みそ汁 ザンギ 高野豆腐の煮物 ゴボウサラダ | ご飯・みそ汁 豚の生姜焼き ナスの味噌炒め イタリアンサラダ | お弁当・みそ汁 | お弁当・みそ汁 |
| | 27 | 28 | | | | | |
| 朝 | お弁当・みそ汁 | お弁当・みそ汁 | | | | | |
| 昼 | お弁当・みそ汁 | お弁当・みそ汁 | | | | | |
| 夕 | お弁当・みそ汁 | お弁当・みそ汁 | | | | | |